

Saison 2018-2019

Stage perfectionnement Tirs extérieurs, campagne, nature et 3D

<i>Archers concernés</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Avoir participé à une ou plusieurs compétitions officielles. • Ouvert dès la catégorie Minimé. • Licencié, quelle que soit l'« arme » • Motivé par sa progression, prêt à se donner les moyens 		
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> • Préparation physique • Remise en place technique et optimisation • Autonomie des archers 		
Dates	Horaire	Lieu	Discipline
10 novembre 2018 1 décembre 2018 26 janvier 2019 9 février 2019	9h – 17h00 9h – 17h00 9h – 17h00 9h – 17h00	Boulodrome Eybens Boulodrome Eybens	Toutes disciplines
Sam 16 Mars 2019 Sam 6 Avril 2019 Sam 18 Mai 2019 Sam 15 juin 2019	9h – 17h00 9h – 17h00 9h – 17h00 9h – 17h00	Lieux à Définir	3D Nature Campagne FITA Campagne 3D et Nature FITA Nature FITA 3D et Campagne 3D et Campagne
Encadrement principal	Emmanuel Lecuyer, Alexandre Blandin		
Programme	<p>En intérieur : travail des fondamentaux, préparation physique, force & endurance, application spécifique à chacun (individualisation).</p> <p>En extérieur : renforcement de la concentration, optimisation technique, travail de performance.</p>		
Coût	Discipline parcours Archer Isérois: 150 € Cibles anglaises Archers Isérois : 100 €	Archer hors Isère : 180 € selon places disponibles	
Divers	<p>Prévoir votre matériel d'archerie + tapis, élastiques, altères</p> <p>Prévoir tenue sportive et vêtements chauds adaptés...</p> <p>Prévoir pique-nique midi, boissons pour les entraînements extérieur, Repas pris en commun.</p>		

Inscriptions / Contacts	<p>Patrick Rico - 06-81-58-71-71 / patrick.rico.archer@gmail.com</p> <p>42 rue Veuve Emilie Murgé 38430 Saint Jean de Moirans</p>
------------------------------------	--

Stage Perfectionnement FITA Campagne Nature et 3D

Bulletin d'inscription – 2018/2019

A compléter et retourner par courrier postal ou courriel
(merci de prendre contact en cas d'impossibilité.)

Règlement à l'ordre du « **CD38** » (*paiement fractionné sur demande*)

Nom Prénom (date de naissance)				/ /
Club :		N° Licence :		
Catégorie age : Homme ou Femme :		Type d'arc :		
Disciplines pratiquées (Cocher)	<input type="checkbox"/> FITA <input type="checkbox"/> Campagne <input type="checkbox"/> Tir Nature <input type="checkbox"/> 3D			
Principaux résultats	Meilleur score(s) Campagne Nature 3D Fita Scores 2017-2018 Nombre d'années de pratique / autres infos :			
Vos objectifs / souhaits				
Adresse				
Téléphone fixe : Téléphone portable :		Courriel		
Divers	Championnats France Individuel Equipe(s) club, ligue, France <input type="checkbox"/> 3D <input type="checkbox"/> Nature <input type="checkbox"/> Campagne <input type="checkbox"/> Cibles anglaises			
Inscriptions	<i>Patrick RICO 42 rue Veuve Murgé 38430 St Jean de Moirans</i> Patrick.rico.archer@gmail.com / 0681587171			